



# Bedienungsanleitung



**Kräuterstempel-Set, 7-tlg.  
inkl. Dampfgerät**

Art.Nr.: 24369

▶▶▶ [zum Produkt ...](#)

**Kräuterstempel**

▶▶▶ [zur Kategorie...](#)

## Thailändische Kräuterstempel

Original Thailändische Kräuterstempel (Luk Pra Kob)  
für die Thailändische Kräuterstempel-Massage (Samun Prai)

Wir liefern folgende Kräuterstempel, der Verkauf erfolgt paarweise:

Anwendung	Hüllenmaterial	Gewicht pro Stück
Körper	Baumwolle	150 g
Gesicht	Seide	40 g
Füße	Baumwolle	100 g

Bitte vergleichen Sie die Gewichte der Kräuterstempel mit anderen Produkten im Markt!

Die Kräuterstempelmassage kann in jeder Praxis ohne große Investitionen durchgeführt werden, eine Dusche ist nicht erforderlich.

### Geschichtliches

Samun Prai ist eine seit mehr als 2000 Jahren angewandte Massagetechnik, die ursprünglich aus dem Siam, dem heutigen Thailand, stammt. Es handelt sich hierbei um eine traditionelle Anwendung von Naturkräutern mit Hilfe des sogenannten Luk Pra Kob (Kräuterstempel). Diese Behandlung war ursprünglich dem siamesischen Königshaus und der herrschenden Klasse vorbehalten. Erst der Leibarzt vom Abt des königlichen Tempels (Dr. Shivakomarat), ein leidenschaftlicher Befürworter dieser Kräuterstempelmassage, machte diese dem „gemeinen Volke“ zugänglich.

### Kräuteranbau

Heute werden die in unseren Luk Pra Kobs verwendeten Naturkräuter unter staatlicher Aufsicht und Kontrolle in einer bestimmten Region in Thailand angebaut. Dort haben sich kleine Anbaubetriebe zu einer Vereinigung zusammengeschlossen, um ihre Erzeugnisse gemeinsam zu vermarkten und um auf diese Weise die wirtschaftliche Entwicklung in dieser Region zu verbessern. Die dort erzeugten Kräuter werden u.a. zur Herstellung der Kräuterstempel Luk Pra Kob verwendet. Diese werden für den Export stets frisch hergestellt und paarweise unter Vakuum verschweißt, damit die hochwertigen ätherischen Öle nicht aus der Kräutermischung entweichen.

### Wirkung

Die Samun Prai Massage stärkt das Immunsystem und steigert die Leistungskraft. Die Entschlackung wird beschleunigt, es werden Blockaden und Stauungen gelöst sowie körperliche Verspannungen abgebaut. Die Haut wird durch die erwärmten Kräuter sehr gut durchblutet und mit Sauerstoff versorgt. Dies wiederum fördert die Gewebestraffung der Haut und hält diese jung. Die Samun Prai Massage hilft im muskulären Bereich, sie wirkt beruhigend und lindernd im unteren Rücken- und Bauchbereich, auch in den ersten Tagen der Periode der Frau. Diese Behandlung fördert ganz allgemein das Wohlbefinden und baut Stress ab.

## **Zusammensetzung**

Die vorgenannten 3 Sorten von Kräuterstempeln sind aus Mischungen von exotischen Kräutern aus Thailand zusammengesetzt. Für einige dieser Kräuter gibt es keine Namen in Deutsch oder Englisch. Es werden ausschließlich natürliche Kräuter aus heimischem Anbau in Thailand verwendet. Die Stempel für die 3 Anwendungsbereiche haben jeweils eine unterschiedliche, ausgewogene Zusammensetzung aus bis zu 10 verschiedenen Kräutern. Es können mit der Samun Prai Methode Gesicht, Rücken und die Füße behandelt werden. Der Behandlungserfolg beruht einerseits auf der Zusammensetzung der jeweiligen Kräuterstempel in Verbindung mit dem Dämpfen, wodurch die ätherischen Öle aus der Kräutermischung freigesetzt werden, andererseits auf der Einhaltung der vorgeschriebenen Behandlungstechnik.

## **Behandlung**

Die Behandlung mit dem Luk Pra Kob kann täglich, mindestens jedoch 3 Mal wöchentlich, über einen längeren Zeitraum hinweg durchgeführt werden. Aus hygienischen Gründen muss für jeden Patienten ein eigenes Paar Luk Pra Kob verwendet werden. Nach jeder Behandlung müssen die Kräuterstempel vollständig getrocknet werden, z.B. durch freies Auflegen auf einem Kunststoffgitter über 2 Tage hinweg, damit die Luft auf allen Seiten zirkulieren kann. Erst danach dürfen die Stempel weggepackt werden. Nach 6 Behandlungen sollen die gebrauchten Luk Pra Kob durch neue Stempel ersetzt werden.

Zum Gebrauch werden jeweils beide Kräuterstempel mit Wasser angefeuchtet, nach ca. 3 Minuten werden sie in einem speziellen Dampftopf erhitzt. In feucht-heißem Zustand werden die beiden Stempel nach der traditionellen Samun Prai Methode wechselweise am Kunden angewendet, dabei werden die verschiedenen Kontaktpunkte am Körper in einer genau vorgeschriebenen Reihenfolge behandelt. Bei der Gesichtsbehandlung werden 15 Kontaktpunkte gesetzt, für die Fußbehandlung sind 18 Kontaktpunkte festgelegt, bei der Rückenbehandlung werden 27 Kontaktpunkte behandelt. Sollte der Luk Pra Kob in den ersten Minuten noch zu heiß sein, dann wird er zunächst mit einer Zwischenlage aus einem dünnen Handtuch aufgesetzt, bis die Temperatur je nach dem Empfinden des Patienten angenehm ist.

## **Rückenbehandlung**

Vor der Behandlung mit den Kräuterstempeln erhält der Kunde eine Massage mit wenig kaltgepresstem Sesamöl. Dabei werden Hals, Nacken, Schulter und Rücken des Patienten aufgelockert, so dass die Blutzirkulation angeregt wird. Zum Schluss wird das Öl von der Haut des Patienten entfernt, die Haut muss vollkommen trocken und ölfrei sein. Dauer der Massage: ca. 5 - 7 Minuten, anschließend ca. 1 Minute Entspannungsphase.

In der Zwischenzeit werden die beiden großen Kräuterstempel angefeuchtet und in Wasserdampf erhitzt.

Bei der Rückenbehandlung setzt man den Luk Pra Kob mit leichtem Druck zuerst im linken oberen Nacken-Hals-Bereich an. Nun wird der Druck langsam verstärkt, der Stempel wird ca. 5 -7 Mal kreisend bewegt, wobei er nie den Kontakt zum Körper verlieren darf. Anschließend werden die 27 Kontaktpunkte in der vorgeschriebenen Reihenfolge behandelt. Diese Behandlung wird bis zu 3 Mal jeweils mit einem frisch erwärmten Stempel wiederholt, während jeweils der vorher benutzte wieder neu erwärmt wird. Zum Abschluss der Behandlung geht man nochmals mit einem gut erwärmten Luk Pra Kob in kurzen Druckmassagen vom Nacken-Hals-Bereich aus über die gesamte Rückenpartie.

Wir empfehlen eine Behandlungsdauer von ca. 30 - 45 Minuten. Zwischen den einzelnen Durchgängen kann eine Teepause von ca. 5 - 8 Minuten eingeschoben werden, dabei darf der Patient jedoch nicht abkühlen. Nach Abschluss der gesamten Behandlung weisen Sie Ihre Patienten bitte darauf hin, dass sie in den nächsten 45 Minuten nicht baden oder duschen, damit die ätherischen Öle der Naturkräuter weiterhin auf der Haut einwirken und für das Wohlbefinden sorgen können.

### **Gesichtsbehandlung**

Das Gesicht wird mit dem kleinen Luk Pra Kob behandelt. Die Umhüllung dieses Kräuterstempels besteht aus reiner Seide, die einen besonders angenehmen und schonenden Hautkontakt gewährleistet.

Vor Beginn der Behandlung sollte ein leichtes Peeling durchgeführt werden, um die Haut zu reinigen. Hierfür kann jedes bereits vorhandenen Präparate verwendet werden. Nach dem Ende des Peelings erfolgt zur Vorbereitung auf die eigentliche Behandlung eine leichte Massage.

Danach wird die Behandlung auf den 15 Kontaktpunkten mit dem Luk Pra Kob durchgeführt, analog wie bei der Rückenbehandlung beschrieben. Dafür werden ca. 30 Minuten benötigt.

### **Fußbehandlung**

Die Füße werden mit dem mittelgroßen Luk Pra Kob behandelt, dessen Umhüllung aus Baumwolle besteht. Eine Fußmassage zuvor ist immer empfehlenswert. Danach werden die 18 Kontaktpunkte nacheinander behandelt.

### **Achtung!**

Eine Behandlung muss in folgenden Fällen unterbleiben:

- bei Entzündungen
- bei Verletzungen der Haut
- bei bestehenden Erkrankungen der Wirbelsäule (z.B. bei Bandscheibenvorfall)

### **Schulung, Ausbildung**

Gerne vermitteln wir Ihnen Frau Sophit Fah, die in Thailand geboren und aufgewachsen ist und heute in Deutschland lebt. Nach Abschluss der Hochschule in Bangkok hat sie eine Ausbildung zur Kosmetikerin absolviert, Weiterbildungskurse in den Bereichen Wellness und Spa schlossen sich an.

Ihr besonderes Interesse galt schon immer den traditionellen asiatischen Behandlungen. Nahe dem weltbekannten WAT PO-Kloster erlernte sie die WAT PO-Massage und die Samun Prai-Praktiken mit dem Luk Pra Kob.

Frau Sophit Fah schult Therapeuten in der Anwendung der thailändischen Kräuterstempel. Sie führt auch Lehrgänge durch, um Ausbilder/innen das notwendige Rüstzeug für ihre eigene Lehrgangstätigkeit zu vermitteln. Die Kurse können bundesweit durchgeführt werden.

Auf Anfrage informieren wir Sie gerne. Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung.



**Sport-Tec**  
Physio & Fitness

Lemberger Straße 255  
D-66955 Pirmasens

Tel.: 06331/1480-0  
Fax: 06331/1480-220

info@sport-tec.de  
www.sport-tec.de